Rok VI. Wychodzi w Krakowie w połowie każdego miesiąca. 1894.

Przedpłatę i ogłoszenia przyjmuje: w Krakowie Towarzystwo Opieki Zdrowia ul. Wiślna L. 5. i księgarnia S. A. Krzyżanowskiego, w Warszawie księgarnia Gebethnera i Wolffa.

Nr. 5.

PRZEWODNIK HIGIJENICZNY

Organ Towarzystwa Opieki zdrowia.*)

„Zdrowie — to szczęście i potęga".

Członkowie Towarzystwa otrzymują czasopismo bezpłatnie.

Przedpłata w Galicyi wynosi Złr 3, (dla nauczycieli szkół ludowych 1 złr.); w Królestwie Polskiem 3 r. sr. 50 kop., (w Warszawie 3 ruble,) w Niemczech mar. 5, we Francyi fr. 7.

Inseraty oblicza się po 10 ctr. za jednę stronnicę, mniejsze w tym samym stosunku.

Korespondencye uprasza się nadsyłać pod adresem *Redaktora Przewodnika Higijenicznego* w Krakowie ul. Wiślna 5.

Maj.

O bocznych skrzywieniach kręgosłupa i sposobach zapobiegawczych.

Podał

Dr. ROŚCISZEWSKI.

Jeźli spojrzymy na spacerujące dzieci i młodzież, tak chłopców jak i dziewczynki, to uderzyć nas musi, że nadzwyczaj rzadko które z nich prosto się trzyma; nadzwyczaj rzadko widzimy głowę do góry wzniesioną, ramiona w tył podane, a klatkę piersiową na przód. Zwykle wszyscy chodzą mniej lub więcej skrzywieni, czy to pochylając się głową i ramionami naprzód wygięci od tyłu ku przodowi, czy też skrzywieni na boki z ramionami nierówno ustawionemi, jednem niżej, drugiem wyżej. Sprawia to wrażenie przykre i niejedni rodzice widząc to u swoich dzieci, mar-

*) Członkiem Towarzystwa opieki zdrowia może być każdy, kto na jego cele złoży 2 złr. rocznej wkładki.

twią się tem, ale uważając to za przyzwyczajenie, pozostawiają dalszy przebieg naturze, pocieszając się, że to z wiekiem minie, że dziecko z tego »wyrośnie«. Niestety zwykle bywa przeciwnie, bo to krzywe trzymanie się jest skutkiem skrzywienia kręgosłupa dźwigającego cały nasz tułów i nadającego mu postawę, jest więc chorobą, która zaniedbana zwykle się powiększa, prowadząc powoli ale stale do coraz większego zniekształtnienia, aż wreszcie do garbu.

Choroba ta teraz tak częsta, a rozpoznanie wczesne tak ważne, że z pewnością pożytecznem będzie któtkie zastanowienie się nad nią.

Zadajmy więc sobie najpierw pytanie, co rozumiemy pod skrzywieniem kręgosłupa i jak je może nawet nielekarz wcześnie rozpoznać. Jeźli rozbierzemy dziecko, każemy mu następnie stanąć tyłem do okna, nóżki trzymać w ten sposób, żeby pięty były razem, a palce od siebie oddalone i potem stać z rękami swobodnie na dół spuszczonemi, to u dziecka zdrowego przedstawia kręgosłup linię prostą, to jest z pewnemi wygięciami na przód i ku tyłowi, ale nie na bok. Obie łopatki, które się dokładnie odznaczają, stoją na równej wysokości i równo od kręgosłupa oddalone. Dalszym szczegółem, na który trzeba zwrócić uwagę są kąty, które tworzą spuszczone swobodnie ręce z bocznemi ścianami tułowia. Kąty te oba są zupełnie równe. Zupełnie inaczej przedstawiają się te stósunki u dziecka obarczonego skrzywieniem kręgosłupa.

Żeby jednak to opisać, musimy się najpierw zastanowić. jakie pod względem postaci znamy skrzywienia kręgosłupa. Otóż opuszczając rzadsze formy, skrzywienia kilkakrotnego, możemy odróżnić głównie dwie, t. j.: skrzywienie pojedyńcze całkowite i skrzywienie podwójne zwane esowatem od litery S, której postać kręgosłup przybiera. Przy

pierwszem jest cały kręgosłup wygięty w jedną stronę i odpowiednio do tego znajdziemy łopatkę po stronie, w którą się kręgosłup krzywi, wyżej ustawioną i bardziej oddaloną od kręgosłupa i kąt między ręką a tułowiem po stronie wklęsłej większy, po wypukłej mniejszy niż po przeciwnej.

Zkąd pochodzą te objawy? — Zrozumieć powiększanie i zmniejszanie się kąta między tułowiem a swobodnie spuszczoną ręką łatwo, bo naturalnie z kręgosłupem przesuwa się i cały tułów, po stronie więc, w którą jest wygięty, zbliża się więcej do ręki, a po stronie przeciwnej. wklęsłej, oddala się od niej; trudniejsze jest zrozumienie podniesienia się i oddalenia od kręgosłupa łopatki po stronie wypukłej. Żeby to wytłómaczyć, musimy na jednę okoliczność zwrócić uwagę, a mianowicie na to, że równocześnie ze skrzywieniem kręgosłupa na bok następuje pewne większe lub mniejsze skręcenie kręgosłupa około jego osi podłużnej, w ten sposób mianowicie, że kręgosłup po stronie, w którą jest skrzywiony, zwraca się nieco ku tyłowi, po przeciwnej ku przodowi. Do kręgosłupa zaś przytwierdzone są żebra, które ten ruch równocześnie odbywają. Ztąd cała klatka piersiowa jest około osi podłużnej okręcona i przy nieco większych skrzywieniach widzimy dokładnie z tyłu większe wystawanie żeber ku tyłowi po stronie wypukłej (w którą jest kręgosłup skręcony), a mniejsze po stronie wklęsłej, z przodu zaś klatki piersiowej z powodu tego samego okręcenia, większe wystawanie żeber po stronie wklęsłej. Jeżeli sobie teraz uprzytomnimy, że łopatka spoczywa na żebrach, a zarazem jest przytwierdzona przez więzadła i mięśnie do kości ramieniowej i obojczyka, to jasnem nam będzie, że przy skręceniu żeber wraz z kręgosłupem po stronie wypukłej ku tyłowi, łopatka musi zostać przez żebra wysuniętą ku zewnątrz i górze, po stronie zaś wklęsłej wskutek przesunięcia się żeber ku przodowi niejako spada po nich

jak po równi pochyłej i zbliża się do kręgosłupa. To nam tłómaczy ten dziwny na pozór fakt, że łopatka po stronie wypukłej jest dalej od kręgosłupa oddaloną, niż po wklęsłej i że stoi wyżej od wklęsłej.

Tak więc mamy wytłómaczone główne objawy bocznego skrzywienia kręgosłupa.

W skrzywieniach esowatych górna część kręgosłupa jest skrzywiona w jednę stronę, najczęściej w prawą, a dolna lędźwiowa w drugą odpowiednio w lewą. Jest to najczęstsza forma skrzywienia, a pochodzi ztąd, że organizm przy skrzywieniu się kręgosłupa w części górnej lub dolnej w jedną stronę, musi część drugą zwrócić w przeciwną, żeby nie upaść, jeżli więc naprzykład część górna zwraca się w prawo, to dolna dla utrzymania równowagi w lewo zwrócić się musi.

Objawy tego skrzywienia będą naturalnie nieco inne niż przy skrzywieniu całkowitem. Jeżeli weźmiemy najczęstsze skrzywienie esowate t. j. w górze w prawo, w dole w lewo, to odpowiednio do skrzywienia górnego będzie łopatka prawa dalej oddaloną od kręgosłupa i wyżej ustawioną od lewej, kąt zaś między spuszczoną ręką a tułowiem będzie odpowiednio do skrzywienia w dolnej części kręgosłupa większy po stronie prawej, jak po lewej. Jeżeli o tem pamiętać będziemy, łatwo każdy sam rozpozna nawet małe skrzywienie, należy tylko mieć na uwadze, że kręgosłup może być albo cały skrzywiony w prawo, albo cały w lewo, albo mogą być skrzywienia esowate przy których górna część zwrócona jest w jednę stronę, dolna w przeciwną. Inne formy, więcej złożone, możemy dla łatwiejszego zrozumienia, tutaj opuścić, tem łatwiej, że dość rzadko się zdarzają.

Bardzo ważne jest w celu badania odpowiednie ustawienie dzieci. W skrzywieniach początkowych bowiem, nieznacznych, każdy ruch dziecka zmienia zupełnie postać krę-

gosłupa i tułowia. Należy dziecko także rozebrać poniżej bioder, a najlepiej zupełnie, przewiesiwszy mu tylko z przodu ręcznik zapięty koło szyjki, następnie ustawić na równej posadzce z piętami przy sobie, a palcami nóg od siebie oddalonemi, polecić dziecku ręce spuścić i stać zupełnie swobodnie. Dziecko jednak zwykle jeszcze nieco się rusza, najlepiej więc poczekać 2—3 minut aż się zmęczy staniem, wówczas dopiero stoi swobodnie i wszystkie zmiany dokładnie wystąpią. Mając tak przed sobą obraz skrzywienia zapytajmy się, zkąd ono pochodzi?

Otóż najczęstszą przyczyną tych skrzywień jest niewłaściwe zachowanie się dzieci przy nauce. Ogromne przepełnienie szkół naszych. zmuszające dzieci do spędzenia kilku godzin dziennie w salach dusznych, stósunkowo małych, w ławkach ciasnych są tego główną przyczyną. Postawa kręgosłupa zależy częściowo od kształtu kości w skład jego wchodzących (kręgów), częściowo od mięśni do utrzymywania go i poruszania służących. W skutek przepełnienia sali ławek i niewłaściwego zbudowania ostatnich. dzieci nie mogą siedzieć w nich wygodnie i prosto, lecz zawsze skrzywione. Kręgosłup przez kilka godzin dziennie skrzywiony, tembardziej w młodym wieku, ulega częściowo temu, pojedyncze kości jego po jednej stronie więcej uciśnięte po drugiej mniej ulegają z czasem zmianie swego kształtu. Wprawdzie dziecko po tych kilku godzinach wyjdzie ze szkoły i może się znowu wyprostować, ale musimy pamiętać, że tak więzadła, jak mięśnie które go utrzymują wskutek nierównego obciążenia częściowo wiotczeją i nie mają potem siły do zupełnego wyprostowania kręgosłupa.

Jeszcze pół biedy z chłopcami. Ci wyszedłszy biegają, gimnastykują się, swywolą i w ten sposób ćwiczą mięśnie, które nabierają więcej sił i łatwiej pokonają przeszkody, przytem i kręgosłup później w rozmaite strony przeginany,

przyzwyczaja się do gibkości i nie poddaje się tak łatwo niekorzystnemu działaniu siedzenia w szkole. Ale u dziewcząt! Ulegając prawidłom świata muszą po wyjściu ze szkoły iść skromnie z oczkami na dół spuszczonemi do domu; przyszedłszy, jeźli nie wypracowują lekcyi, to siadają do robótek lub fortepianu i tak przez cały dzień siedzą skrzywione, w dodatku zwykle kładzie się je do łóżeczka miękkiego, piernatami wysłanego; tam kręgosłup cały dzień męczony znowu przybiera kształt najwygodniejszy dla siebie, to jest ten do którego przez cały dzień przywykł.

Wśród takich warunków cudem prawie nazwać można, że jeszcze są dziewczynki proste. Skąd też pochodzi, że skrzywienia u dziewczynek są bezporównania częstsze, niż u chłopców. Znacznie też tak u chłopców, jak u dziewcząt przyczynia się sposób noszenia książek. Zwykle noszą je dzieci albo pod pachą, albo w ręce spuszczanej na dół; i w jednym i drugim razie obciążają i zginają kręgosłup.

To jest najczęstsza przyczyna skrzywień kręgosłupa, przyczyna o tyle łagodniejsza od innych, że ją odpowiednią hygieną usunąć i dzieci ochronić przed tą chorobą możemy.

Drugą przyczyną skrzywień kręgosłupa jest choroba angielska (krzywica). Co się tyczy objawów to są one te same, ale rozpoznanie jest o tyle ważne, że skrzywienia rachityczne są bardzo uporczywe i trudne do leczenia. Odróżniają się od pierwszych tem, że powstają w bardzo młodym wieku, często można widzieć już 2—3 letnie dzieci z temi skrzywieniami, a przytem, że u dzieci takich można zwykle widzieć i inne oznaki angielskiej choroby jak krzywe nóżki, nieprawidłową budowę klatki piersiowej i t. d.

Są one o tyle gorsze od skrzywień pierwej opisanych, zwanych nawykowemi, że skrzywienia nawykowe, jeźli nie są zbyt daleko posunięte, dadzą się zupełnie wyleczyć, skrzy-

wienia zaś rachityczne przedstawiają pod tym względem znaczne trudności, czasem nawet usunąć się zupełnie nie dadzą.

Dalszą przyczyną skrzywień kręgosłupa są nierówności kończyn dolnych; jeźli czy to od urodzenia, czy wskutek jakiego wypadku jedna noga będzie krótszą, choć tylko trochę od drugiej, wówczas wskutek nierównego ustawienia podstawy kręgosłupa, którą tworzą kości miednicy, musi się kręgosłup w dolnej swej części skrzywić w jedną stronę, w górnej w drugą. Podobne działanie mają blizny, czy to w skórze, czy głębsze, położone w blizkości kręgosłupa. Skrzywiają kręgosłup ciągnąc go mechanicznie.

Ostatnią wreszcie przyczyną skrzywień są cierpienia nerwowe, które zmuszają organizm do przechylania tułowia w jednę stronę, żeby uniknąć ucisku na nerwy.

W dalszym ciągu tej pracy zajmować się będziemy tylko skrzywieniami nawykowemi, gdyż są najczęstsze i odpowiednia hygiena bardzo wiele w celu zapobiegania im zrobić może.

Czem grożą boczne skrzywienia kręgosłupa? Czy to jest choroba niewinna, z której dziecko »wyrośnie,« jak wiele osób dotąd mniema? Niestety musimy na to odpowiedzieć przecząco. Jest to choroba poważna, tem poważniejsza, że przebiega bardzo powoli, niepostrzeżenie, tak, że zwykle do dość dużych rozmiarów już dojdzie, nim rodzice ją spostrzegą. Zaniedbane, nieleczone skrzywienie powiększa się powoli, ale stale, kręgosłup krzywi się coraz to więcej, wypuklenie żeber i łopatek także się powiększa, aż wreszcie może przyjść do powstania zupełnego garbu. Już samo tak znaczne zniekształnienie człowieka byłoby dostatecznem, żeby pilną uwagę zwrócić na tę chorobę, ale ma ona jeszcze skutki ważniejsze. W większych stopniach skrzywienia przychodzi do ucisku nerwów przez zmienione kości,

to powoduje bardzo nieraz silne bóle nerwowe. a najwięcej niebezpieczeństw przedstawia ta choroba dla dziewcząt. Musimy pamiętać, że skrzywienie rozwija się u dzieci rosnących, a przebiega przez lat kilka. W tym czasie rozwijają się wszystkie kości. Kręgosłup spoczywa na kościach miednicy. Otóż przy skrzywieniu nawet niezbyt znacznem kręgosłup uciska na swą podstawę nierówno, a kości miednicy pod uciskiem stale w nieprawidłowym kierunku działającym mogą także przybrać postawę nieprawidłową, może przyjść do zniekształcenia kości miednicowych, niewidocznego wprawdzie na zewnątrz, ale groźnego w późniejszem życiu kobiety. Widzimy jak doniosłe skutki może pociągnąć za sobą boczne skrzywienie kręgosłupa, zrozumiemy więc łatwo jak ważnem jest zapobieganie im i nad tem zastanówmy się obecnie.

W wychowaniu dzieci trzeba o hygienie pamiętać od samego początku, raz dla tego, że dziecko w tem wzrosłe będzie zdrowsze i wytrzymalsze, a po drugie, że zasady te odrazu zastosowane nie są wcale dla dziecka przykremi, owszem dziecko tak się do nich przyzwyczai, że to mu się drugą naturą, jeźli się tak można wyrazić, stanie.

A więc najpierw od samego dzieciństwa jak najwięcej ruchu i powietrza. Nie należy dzieci przyzwyczajać do zbyt ciepłych ubrań, bo są one ciężkie i dzieciom tamują ruchy swobodne, nie należy im także dozwalać spać na miękkich piernatach. Najlepszemi dla dzieci do spania są zwykłe, dobrze i równo pikowane sienniki słomiane, lub wreszcie twardo ubite materace włósienne, dzieci się prędko i łatwo przyzwyczajają, a leżą przytem prosto, bez tych wszystkich wygięć, na które pozwala miękki pierzany piernat. Skoro dziecko ma kilka lat nadchodzi czas nauki; o ile możności nie należy uczyć zawcześnie i ograniczyć należy początkową naukę do najpotrzebniejszych rzeczy. U chłopców, których

czeka 16—20 lat nauki, nie można zbyt długo zwlekać z jej rozpoczęciem, ale u dziewcząt, które uczą się znacznie krócej, można śmiało rok a nawet dwa lata później naukę rozpocząć, niż to się zwykle rozpoczyna. Skoro zaś dziewczynka zacznie się uczyć, to nie należy jej odrazu przeciążać pracą. Strach pomyśleć jak często się rodzice chwalą, że ich córka n. p. ośmioletnia umie już czytać, pisać, po francuzku mówić, grać na fortepianie i rozmaite robótki robić! Pytam się po co to wszystko na raz? Po co n. p. te robótki i ta muzyka tak wcześnie, którą męczą prawie wszystkie dziewczynki. Nie myślę przeciw niej występować, owszem, która ma talent niech pracuje w niej, która go nie ma niech się wreszcie także trochę nauczy dla swej własnej w przyszłości przyjemności, ale na to wystarczy przecież zacząć tę naukę znacznie później i ograniczyć ją jak najwięcej; męczyć zaś dziewczynki, tak jak się to teraz często dzieje, od pierwszego dzieciństwa tygodniowo kilkoma godzinami muzyki, jest to stanowczo grzechem przeciw ich zdrowiu. Tak samo z tak zwanemi robótkami. Kto raz przypatrzył się jak skrzywione siedzi dziecko nad robótką, ten pojmie łatwo, wiele się to przyczyniać musi do powstawania skrzywień kręgosłupa. I ta nauka jest potrzebną, ale także w miarę i w odpowiednim wieku; czyż nie lepiej, że dziecko mając n. p. lat 12 jest proste, a nie umie grać ani robótek robić, jak gdyby było już krzywem, ale za to umiało kilka sztuczek na fortepianie i robótek? Skoro dziecko raz pójdzie do szkoły, niebezpieczeństwo skrzywienia jest jeszcze większe. Nie w mocy poszczególnych ludzi jest usunąć nasze obecne rozpaczliwe stosunki hygieniczne w szkołach, ale przynajmniej w domu powinniśmy się starać zapobiegać złym skutkom tego. Przedewszystkiem powinniśmy uważać na dziecko przy pisaniu i czytaniu. Dziecko powinno zawsze siedzieć przy stole w ten sposób,

żeby krzesło pod stół było podsunięte, dziecko klatką piersiową lekko do stołu dotykało, stół powinien być lekko pochyły, a co najważniejsze tak przy pisaniu jak i przy czytaniu zawsze oba łokcie dziecka powinny być na stole, dziecko nie powinno zbyt długo siedzieć nieruchomo, ale najdalej co $^1/_2$ godziny powinno mieć kilka minut pauzy, żeby mogło pobiegać, kręgosłup wyprostować i zmęczonym mięśniom dać wypoczynek.

Po za nauką nie można dość gorąco zalecić gimnastyki. Dla dziewcząt wieszanie się na trapezie, gimnastyka szwedzka, huśtanie, są bardzo odpowiednie, wogóle czem więcej swobodnego ruchu, tem lepiej. Jeźli poszczególni ludzie tego dokazać nie mogą, to powinny miasta, gminy urządzać odpowiednie zakłady gimnastyczne, gdzieby gimnastyka w sposób przyjemny, z zabawą połączona rozwijała fizyczne siły młodzieży. Świetnym wzorem takiego zakładu jest park Prof. Dra. *Jordana* w Krakowie.

Jeszcze jednej kwestyi chcę tu dotknąć, a mianowicie sposobu noszenia książek używanego przez naszą młodzież szkolną. Sposób obecnie praktykowany: w ręku lub pod pachą, stanowczo jest szkodliwy, gdyż przy każdym z nich kręgosłup wykrzywić się musi. Najodpowiedniejszemi byłyby torby zawieszone na plecach tak, jak wojskowe tornistry. Ciężaru wówczas dziecko by wcale nie czuło, a nawet tworzyłoby to pewien rodzaj przyrządów prostujących.

Bardzo rozpowszechnione, a często nadużywane są w przypadkach, w których dzieci się krzywią rozmaite *przyrządy prostujące (Geradehalter)*. Najczęściej rodzice dziecku u którego spostrzegli skrzywienie, dają taki przyrząd i są już spokojni. Jest to stanowczo błędne. Przyrządy takie są bardzo dobre, ale wtenczas tylko, jeźli dziecko ma skłonność do złego trzymania się, *ale jeszcze nie ma skrzywienia kręgosłupa*. Jest to bardzo ważne, gdyż, skoro raz jest

skrzywienie, to przyrząd taki tylko nas uspokoi na jakiś czas, ale skrzywienie postępuje dalej swoją drogą, a rodzice uspokojeni przez to, że im się zdaje, że z chwilą założenia przyrządu już kuracya rozpoczęta, zapóźno się spostrzegają, że skrzywienie się powiększa i zapóźno się potem do lekarzy udają, a skrzywienia, któreby może z pół roku prędzej dało się łatwo wyprostować, później nawet dla biegłego lekarza mogą znaczne przedstawiać trudności. Godząc się więc na te przyrządy tam, gdzie dziecko ma skłonność do złego trzymania się, muszę przeciw nim wystąpić tam, gdzie jest już skrzywienie choćby najmniejsze. Takie przypadki należą już do *lekarzy*, czem rychlej lekarz niemi się zajmie tem lepiej, bo czem mniejsze skrzywienie tem łatwiejsze do wyprostowania.

Także w wyborze przyrządów prostujących należy być ostrożnym, niektóre bowiem z nich nic nie działają, a niektóre nawet szkodzić mogą. Najlepsze usługi oddaje mi w praktyce od kilku lat przyrząd przezemnie podany, a wyrabiany przez p. Knapińskiego w Krakowie. Różni się tem od innych, że siłą działającą jest *guma*, która przy bardzo lekkiem napięciu działa stale. Składa się z dwóch naramienników spiętych gumą na plecach. Jest nadzwyczaj lekki, nie odznacza się wcale przez sukienkę, a działanie jego jest ciągłe.

To byłby po krótce zebrany obraz skrzywień bocznych kręgosłupa i sposobów zapobiegania im. O leczeniu nie mogę mówić, gdyż to jest rzeczą *lekarzy*, ale najgoręcej mogę zalecić sposoby zapobiegania skrzywieniom, które podałem, gdyż w ten tylko sposób możemy zapobiedz tej pladze, jaką tworzą obecnie tak częste skrzywienia, a przecież wychowanie nie tylko umysłowo, ale i fizycznie zdrowej młodzieży powinno być głównym naszym celem.

Sport, ćwiczenia fizyczne i gry dla młodzieży i ludu.

(R.) Obfita literatura zebrała się już naokoło tego przedmiotu. Pierwsze powagi lekarskie i pedagogiczne słowem i czynem zachęcają do ćwiczeń fizycznych, a poddawszy je naukowemu badaniu, wytworzyły sport iście racyonalny. W tym kierunku na uwagę zasługuje odczyt Prof. Dra Laache z Chrystianii, wygłoszony na kongresie lekarskim w Rzymie, p. t. „O przeroście serca i zwyrodnieniu mięśnia sercowego.“ Pomijając ustępy ściśle obchodzące lekarzy, podajemy w streszczeniu, miejsca ogólnego znaczenia, a zarazem odnoszące się do ćwiczeń fizycznych ciała.

W starożytności chorób serca nie znano, a nawet ich nie uznawano, przypuszczając, że narząd ten nigdy zachorować nie może. A skoro już objawy niewątpliwie przemawiały za schorzeniem serca, odnoszono je wówczas do „polipów.“ Dla wieków średnich patologia serca pozostała nieznanym działem, co tembardziej uderzać musi, gdy anatomia serca obrobioną już była dokładnie. Gdy wiadomości o krążeniu są zasługą Harwey'a, to znowu szkoła włoska oświeciła pierwsza niejasne poglądy.

Momentem przyczynowym, najdonioślejszego znaczenia, jest tu *alkoholizm*, a szczególnie nadmierne używanie piwa. Stąd to w Monachium śmiertelność z chorób serca dzierży miejsce omal przed gruźlicą. „Serce piwosza“ stanowi odwrotną stronę medalu rozgłośnego napoju monachijskiego.

Drugim momentem usposabiającym bywają fizyczne przeciążenia. W tem miejscu wspomina prelegent o *sporcie*. W Norwegii, w czasach najdawniejszych, uważano za bezgraniczną hańbę, skoro ktoś umierał w łóżku, zdala od pola walki; w czasach tych, ćwiczenia fizyczne były oczywiście na szczycie rozwoju. Później zaniedbano je i tylko jak

wogóle w okolicach górzystych, uprawiano z konieczności. Mieszkańcy miast wstrzymywali się wogóle od jakiejkolwiek pracy fizycznej.

Wszystko zmieniło się jednak gruntownie; dziś właśnie młodzież miast, chłopcy i dziewczęta, zajmują się ćwiczeniem ciała. Długa zima norwegska daje sposobność ćwiczeń łyżwiarskich, na sankach i na ski, a szczególnie ten ostatni sport wymaga znacznej pracy mięśniowej, nieraz połączonej z wysiłkami, gdy grunt nie sprzyja. Dowodnie przedstawia się to przy zapasach, jakie odbywają się co rok, gdy spółzawodnicy przybywają do celu bez oddechu, z dusznością, okryci zimnym potem, z sinemi wargami, a tętno ich uderza do 180 razy na minutę. Ten obraz dał Towarzystwu lekarskiemu w Christianii sposobność zajęcia się zdrowotną stroną sportu. Doniesiono nawet o jednym przypadku nagłej śmierci, bezpośrednio po powrocie z partyi ski; spostrzegano ataki nerwowe i różne chorobliwe zmiany, które jednak przydarzają się rzadziej, niż to o nich zwykło się mówić. Wogóle nie spostrzeżono jakichkolwiek trwałych zaburzeń w czynności serca. Tłumaczy się to elastycznością młodzieży wogóle i siłą młodocianego serca. Że jednak nadużycie wywołać może w dalszym ciągu szkodliwości, jest tak zrozumiałem, jak i konieczność zachowania pewnych ostrożności i ograniczenia wieku dla ćwiczeń sportowych.

O ile alkohol należy zawsze potępić, o tyle ćwiczenia ciała uważać należy za najlepszy środek do wzmocnienia mięśni w ogóle, a mięśnia sercowego w szczególności.

Do tego działu należy przepracowanie umysłowe, będące przyczyną tak częstego osłabienia psychicznego i znamieniem *fin de siècle.*

W naszej epoce, nacechowanej dziwami elektryczności, w wieku telegrafu i telefonu, świat rozwija się z pośpiechem nadzwyczajnym, a osobnik ulega łatwo w *struggle for*

life, zarówno jak i w walce inteligencyi. Znużenie życiowe jest wyborowym tematem dla romansopisarza, a obok uznanego już znużenia mózgu, można śmiało postawić znużenie serca.

Przeważnie są to choroby cywilizacyi, i snadniej znaleźć je można w wielkich miastach, niż na wsi. Gdy z jednej strony przez związek z alkoholizmem i fizycznem przeciążeniem należą one do klasy biednej, to jednak klasy społecznie lepiej położone, nietylko nie są od nich wolne, ale częstokroć w znacznej mierze im podlegają z powodu siedzącego trybu życia, nadmiernego odżywienia, nadużywania tytoniu i t. d.

Hygiena, która tak skutecznie zajęła się płucami, narządami trawienia i systemem nerwowym, ma obowiązek zająć się obecnie sercem. *Cor sanum in corpore sano!*

O wpływie ćwiczeń fizycznych na zdrowie, napisał w dalszym ciągu dr. J. Wilheim, autor kilku rozpraw z zakresu medycyny popularnej.

W pierwszym rozdziale swego dzieła mówi dr. Wilheim o wpływie gimnastyki dla kobiet, zaznaczając, iż ani z estetycznych, ani etycznych względów nic nie przemawia przeciw temu, ażeby kobiety nie mogły siły swych mięśni wzmacniać przez gimnastykę. Dziś kobiety prowadzą życie pod względem hygienicznym nadzwyczaj nieodpowiedne. Dzień cały spływa im na czytaniu lub robieniu jakichś kobiecych robótek, ruchu używają mało. Ztąd też to pochodzi, iż już bardzo wcześnie panna lub młoda mężatka nabiera niezdrowej tuszy, a bardzo często ukazują się u niej objawy chorób nerwowych, które później z latami nieraz w zastraszający sposób występują. Wolne są od tych chorób te kobiety, które przez odpowiednie uprawianie gimnastyki, lub stosownego dla nich sportu, wzmacniają mięśnie i wskutek tego aż do późnej starości zachowują silne i odporne nerwy.

W dalszym ciągu omawia autor działanie rozmaitych ćwiczeń sportowych na zdrowie ludzkie. Wspomina o grach dla dzieci i z zadowolnieniem stwierdza, iż zarządy szkolne w Austryi, które chociaż późno, ale jednak uznały, że gry te i zabawy są dobre i pożyteczne, teraz, o ile tylko pozwalają na to okoliczności, wszędzie urządzają po miastach dla tych zabaw odpowiednie boiska.

O sporcie wioślarskim mówi, że jest on mieczem obosiecznym. Zanadto wysilające ćwiczenia, jak np. przy wyścigach wioślarskich, przy popisach łódką i t. p., mogą być nawet szkodliwemi. Przy ćwiczeniach bowiem tych mięśnie muszą spełniać uciążliwą pracę, zwłaszcza nadmiernie pracują mięśnie rąk i piersi; serce przez wysilającą pracę również jest narażone na zmiany, prowadzące od przerostu aż do zupełnego osłabienia. Dla ludzi, którzy żadnych wad organicznych nie mają, sport wioślarski żadnego nie przedstawia niebezpieczeństwa.

Natomiast bieganie na nartach przenosićby wypadało z hygienicznych względów nad ślizgawkę. Bieganie na nartach, podczas którego przebywa się wielkie przestrzenie, jest o wiele korzystniejsze dla zdrowia, niż ślizganie się na łyżwach na placach wąskich, położonych nieraz w środku miasta, pomiędzy domami, a więc niemających wiele świeżego powietrza. Nadto ślizgawka zwykle jest przepełniona, publiczność ślizgająca się skrępowana przepisami, musi zachowywać pewne konwencyonalne formy, na lodzie odbywają się przedstawienia, prowadzą się często banalne rozmowy. Mówienie zaś na ślizgawce podczas ostrego mroźnego wichru wcale nie jest hygieniczne.

O sporcie welocypedowym wyraża się autor jak następuje: „Człowiek, który przez cały dzień musi przy biurku pracować, wyszedłszy wieczorem z zajęcia, nie może zawsze odbyć jakiegoś dalekiego spaceru za miasto, gdzie

go wabi świeże powietrze. Spacer zaś po przepełnionych, pełnych kurzu ulicach, nie jest ani zdrowym, ani też nie należy do wielkiej przyjemności. Gdy więc taki człowiek wsiadłszy na stalowego rumaka, sam lub w towarzystwie kilku znajomych wyjedzie za miasto, to bezwarunkowo wybrał dla siebie najodpowiedniejszy ze sportów, który przyczynia się do podniesienia jego zdrowia, wzmacnia ciało, a duchowi jego użycza odpowiedniego spokoju i zapomnienia o codziennych troskach. Wszystko, co dotąd mówiono, lub pisano przeciw sportowi welocypedowemu, aby go albo zupełnie usunąć, albo przeszkodzić jego rozszerzaniu się, polegało na niezrozumieniu doniosłego dla zdrowia znaczenia tego sportu, albo było tylko wypływem niechęci. Zresztą dyskredytowali go także niektórzy cykliści. Każdy sport bowiem przynosi zdrowiu korzyść tylko wtedy, jeśli jest używany w miarę. Jak np. jedzenie jest koniecznem dla życia, a jednak nadmiernie używane, szkodę mu przynosi, tak samo rzecz się ma i z welocypedowym sportem. Przed laty, gdy sport ów zaczął się dopiero rozwijać, wielu lekarzy sprzeciwiało się mu. Nawet profesor Skoda był przeciwnikiem welocypedu. Jego zarzuty, które czynił temu sportowi, miały pewną racyę ze stanowiska teoretycznego, ale bardzo rzadko sprawdzały się w praktyce. Być może, że do niepochlebnego sądu o welocypedzie skłoniły profesora Skodę ówczesne welocypedy, pozostawiające pod względem mechanicznej konstrukcyi bardzo wiele do życzenia, oraz ówcześni welocypedyści, rekrutujący się wyłącznie z młodych ludzi, pozostających w okresie rozwoju, a oddających się ze szkodą dla zdrowia nadmiernie temu sportowi.

Największe zarzuty, które czyniono sportowi welocypedowemu, uważając go za ćwiczenie zdrowiu szkodliwe, polegały na fałszywych przesłankach. W istocie sport ten dla młodych ludzi, o wązkiej piersi i rozwijających się dopiero,

przedstawia pewne niebezpieczeństwo, szczególniej, gdy spacery welocypedem odbywają się na pełnych kurzu drogach, przez forsowną jazdę nadwerężają narządy oddechowe, serce i mięśnie, nie zdolne jeszcze do wykonywania tak wielkiej pracy.

Młodzieńcy ci mogą w istocie z powodu jazdy na welocypedzie dostać nerwobólów, nerwowego drgania kończyn, skłonności do gośćca, a w dalszym ciągu mogą chorować na serce i narządy oddechowe. Lecz są to tylko wyjątki, a wyjątki nie mogą być miarą do ocenienia sportu pod względem wpływu jego na zdrowie ludzkie. Liczne doświadczenia zebrane w ciągu lat kilku, dowodzą niezbicie, iż sport ten dla ludzi normalnie rozwiniętych i nie posiadających żadnych wad w organizmie, jest bardzo odpowiedni i zdrowy, a nawet rozsądnie używany, usuwa niektóre dolegliwości, jak np. otyłość, osłabienie mięśni, nerwowy zawrót i ból głowy, migrenę, nerwową niestrawność i hypochondryę.

Zwykle taki welocypedysta w tym czasie, w którym odbywa wycieczki, gdyby ich nie przedsiębrał, siedziałby w kawiarni wśród dymu i czytał dziennik. A każdy przyzna, że spacer lepszy dla zdrowia od siedzenia w kawiarni. Wkońcu ruch, jaki odbywa welocypedysta, jest mimowolnem międsieniem żołądka i gimnastyką oddechową. Wzmacnia sie więc żołądek i płuca.

Jazda na bicyklu i trycyklu wzmacnia nietylko mięsnie nóg, ale także mięśnie żołądka, piersi i ramion. Niema innego środka, któryby mięśnie w taki ruch wprawiał i tak je pod każdym względem wzmacniał, jak jazda na welocypedzie. Skutkiem tego jest to, że wprawny welocypedysta, przy wszystkich innych sportach może popisać się swą zręcznością i siłą.

W pierwszej linii bywają oni najlepszymi piechurami, gdyż przyzwyczajeni są do ciągłego skurczu i rozkurczu

mięśni w kolanie i łydkach. Szczególniej w uciążliwych górskich wycieczkach okazują więcej wytrwałości i zręczności od osób nie jeżdżących na welocypedzie.

W Berlinie odbył się pierwszy niemiecki kongres gier dla młodzieży i ludu a sprawozdanie napisane przez Dr. Edwarda Flataua, pomieściło Zdrowie w Nr. 102 z r. bież. Gdy sprawa ta jest i wielce żywotną i zajmującą, a opis ze zjazdu jasny i wyczerpujący, pozwalamy sobie przytoczyć go w całości.

W kongresie przyjmowało udział 45 delegatów z najróżnorodniejszych miast państwa niemieckiego, 15 z ministeryów i senatów, 43 delegatów różnych stowarzyszeń gimnastycznych, towarzystw sportowych, handlowych, wojskowych, berlińskiego towarzystwa hygijenicznego, towarzystwa nauczycieli wogóle i nauczycieli ludowych w szczególności, oprócz tego osobiście uczestniczyli dwaj ministrowie: Bötticher i Bosse.

Posiedzenia kongresu rozpoczęły się d. 2 lutego, skończyły się d. 4 lutego. Główne odczyty wygłoszone zostały przez pp. Hermanna (inspektora stowarzysz. gimnastycznego w Brunświku), Schenkendorffa (prezesa kongresu), Wittinga (burmistrza m. Poznania) i dr. Angersteina z Berlina. Hermann zwrócił uwagę na opłakany stan zdrowia niemieckich dziewcząt. Nowożytna panna jest to po największej części istota anemiczna, słabowita, nigdy nie mająca prawidłowego apetytu i odżywienia. Jedyną jej zabawę stanowi gra na fortepianie, ptaszek w klatce lub malowanie na porcelanie. Przytaczając przykłady ze starożytnej Grecyi i wskazując na nowożytne krzepkie angielki, Hermann przemawia do matek i w gorących słowach uwagę ich zwraca na błędne wychowanie, jakie one córkom swym dają. Czy przy tego rodzaju wychowaniu, czy przy zupełnym braku fizycznego kształcenia organizmu, przy ciągłem przesiadywaniu w domu

może powstać zdrowa generacya! Oczywiście, ani same matki ani ich dzieci nie mogą być przy takich warunkach zdrowe ani fizycznie, ani umysłowo. Jako środek przeciwko temu zaniedbaniu fizycznego rozwoju, powinny służyć gry. Hermann zwraca uwagę na fakt, że dla dziewcząt do lat 10—12 najodpowiedniejsze są te gry, przy których głównie są w ruchu dolne kończyny, a więc bieganie, skakanie itd. Dopiero w późniejszym wieku powinny być wprowadzane gry, wymagające pewnej elastyczności i zgrabności ruchów: lawn-tennis, krokiet, gra w piłkę i inne gry, przy których głównie są w ruchu górne kończyny. Wszystkie gry wtedy tylko wywierają właściwy wpływ na rozwój organizmu, jeżeli się odbywają nie w zamkniętych pokojach, lecz na świeżem powietrzu.

Matki powinny odrzucić tradycyjne uprzedzenie, że nie wypada, aby dziewczęta na równi z chłopcami, zajmowały się ćwiczeniami rozwijającemi je fizycznie; rzeczywiste piękno polega na harmonijnym rozwoju całego organizmu.

W debatach przyjmowało udział wielu delegatów rad miejskich, lekarzy i profesorów.

Delegat z Monachjum jest również tego zdania, że dla młodych dziewcząt odpowiednie są gry rozwijające mięśnie nóg, podczas gdy w późniejszym wieku stosowane być powinny gry, przy których są w ruchu głównie kończyny górne. W Monachjum urządzone były w r. 1893 cztery kursy gier. Kursy te odbywały się codziennie w różnych częściach miasta na świeżem powietrzu. Przystęp miały dziewczęta wszystkich klas społecznych, W I kursie przyjmowało udział średnio 130 dziewcząt, w II—83, w III—63, w IV—58.

Za kilkaset marek każde miasto jest w stanie urządzić w podobny sposób gry.

Inni delegaci, podzielając przytoczone wyżej zdania, zwracają również uwagę na nadzwyczaj niedostateczny fizy-

czny rozwój teraźniejszej kobiety. W Szwecyi nawet spostrzeżono w 35 pensjonatach na 7000 dziewcząt 4%—6% chorych (głównie neuroza). Zwracano uwagę na fakt, że w Anglii, gdzie gry są w rzeczy samej tak bardzo rozpowszechnione, w grach tych przyjmują jednak udział przeważny wyższe klasy społeczne. Uważając za konieczne, aby gry zostały wprowadzone do trybu życia niższych warstw społecznych, zwracają obecni uwagę na pewne przeszkody, mianowicie na trudności zachodzące w wielkich miastach z powodu braku wolnych placów dla gier, oraz w małych miastach, z powodu braku wykształconych fachowców, którzy byliby w stanie gry takowe prawidłowo prowadzić. Prezes kongresu odpowiada na to, że od energii i dobrej woli rad miejskich, zależy rozwiązanie kwestyi placów, co się zaś tyczy nauczycieli, to komitet centralny kongresu, urządził kursy gier dla nauczycieli i nauczycielek. Kursy te odbywać się będą w wielu miastach (Berlin, Wrocław, Hannower, Monachium, Poznań i t. d.) i trwać będą przez czas bardzo krótki, n. p. we Wrocławiu odbędą się w r. 1894, trwać będą od 28 marca do 3 kwietnia, w Magdeburgu od 28 sierpnia do 2 września i t. d. Najważniejsze jednak zadanie polega na tem, aby przekonać samą publiczność o konieczności i dobrym wpływie gier na fizyczny i umysłowy rozwój organizmu. Komitet postanowił dojść do tego celu za pomocą odczytów, broszur, gazet, bibliotek ludowych, wykładów w najróżnorodniejszych towarzystwach itd. Rząd powinien także sprawę tę popierać aż do chwili, kiedy społeczeństwo będzie w stanie o własnych siłach dalej prowadzić. Przewodniczący Schenkendorff w mowie swej wygłoszonej d. 4 lutego, zwrócił uwagę na historyczny rozwój gier w Niemczech.

U starożytnych Germanów wielką zwracano uwagę na rozwój sił fizycznych. Później — rzecz ta upadła. Dopiero

w r. 1872 powstaje w Brunświku pierwsze stowarzyszenie gier pod kierownictwem Kocha i Hermana; za przykładem tego miasta poszły: Berlin, Düsseldorf i inne miasta państwa niemieckiego. W r. 1872 minister Gossler zajął się tą doniosłą sprawą i nadał jej szybki obrót. W r. 1891 utworzony został komitet centralny, który zajął się właśnie urządzeniem teraźniejszego kongresu. Najgłówniejszą rolę odegrywa kwestya placów dla gier. Podczas gdy w jednym tylko Londynie znajdowało się w r. 1892 przeszło 7000 placów, całe państwo niemieckie posiada ich tylko 2000 mianowicie: 282 miast posiadają po 1 placu, 182 po 2 i 129 — więcej aniżeli 2 place. A więc całe Niemcy posiadają mniej aniżeli $^1/_3$ część placów, urządzonych w Londynie. Ilość miast niemieckich posiadających place stanowi zaledwie 28% ogólnej liczby miast. Komitet centralny urządzał zaczynając od r. 1892 kursy dla nauczycieli i nauczycielek. W kursach tych brało udział: W r. 1892 nauczycieli 396, nauczycielek 286, w r. 1893 nauczycieli 502, nauczycielek 297.

Schenkendorff jest zdania, że idea pożyteczności gier zaczyna się coraz więcej rozpowszechniać, społeczeństwo okazuje ku tym dążeniom komitetu coraz większą sympatję, mowę swoję kończy życzeniem, aby gry stały się zwyczajem ludowym.

Prof. Angerstein i burmistrz poznański Witting, podzielają zdanie swych poprzedników. Młodzież, wszelkich klas społecznych znajduje się w nienormalnych warunkach hygienicznych. Widzimy z jednej strony młodzież zmęczoną, przesyconą życiem, z drugiej zaś — młodzież pracującą zbyt jednostronnie, li tylko umysłowo lub też wyłącznie fizycznie naprz. w dusznych lokalach fabrycznych. Wszystka ta młodzież szuka odpoczynku u modnych wód, lub też w restauracyj i szynkach; czy nie lepiej byłoby wprowadzić zamiast

tego wypoczynku gry pokrzepiające ciało i odświeżające umysł?

Gra w zwykłem szarem życiu jest szklanką orzeźwiającego wina dla strudzonego człowieka. Szczególniej zaś dziewczęta potrzebują gier. Jeżeli zdrowa kobieta jest koroną stworzenia, to kobieta chora staje się często ciężkim krzyżem, który nosić trzeba. Tylko przy dobrym fizycznym rozwoju, stanie się możebnem powstanie zdrowej generacyi, co dla ojczyzny jest rzeczą bardzo ważną. Na ten ostatni fakt zwrócili uwagę obaj ministrowie. Minister Bötticher wyraża w gorących słowach sympatją dla kongresu i jego dążeń. Rząd poprze — pro patria sua — te dążenia; min. B. sądzi, że dążenia te powinny być i będą też uwieńczone pomyślnym skutkiem. Min. d-r. Bosse jeszcze raz zaznacza, że gry wpływają nietylko na ciało, lecz również na moralny i umysłowy rozwój organizmu.

Główne wniosku kongresu są następujące:

1) Zdrowy umysł może istnieć tylko w zdrowem ciele.

2) Zdrowsze generacye mogą powstać jedynie przy większej dbałości o rozwój fizyczny.

3) Jednym z najskuteczniejszych środków osiągnięcia tego celu są gry dziecinne.

4) Gry te powinny się odbywać na świeżem powietrzu i stosować do wieku młodzieży.

W grach ma prawo przyjmować udział każdy, niezależnie do klasy społecznej, do której należy; samo prawo udziału powinno być możliwie bezpłatne.

6) Społeczeństwo (resp. rodzina), szkoła, rady miejskie i rząd powinny się zająć praktycznem przeprowadzeniem tych dążności, urządzając specyalne place dla gier i — fachowe kursy dla nauczycieli i nauczycielek.

7) Komitet centralny zajmuje i zajmować się będzie teoretycznem i praktycznem rozwiązaniem kwestyi.

Zaznaczyć trzeba, że oprócz różnych przyrządów do gier, wystawionych przez firmy kupieckie w gmachu Concerthausu, urządzane były codzień gry w stowarzyszeniach gimnastycznych, na Tempellhoffer Feld i t. d.

DZIAŁ STATYSTYCZNY.

Służba zdrowia w królestwach i krajach reprezent. w Radzie państwa, przy końcu r. 1891 i 1892.

Liczba lekarzy wzmogła się, natomiast ubyło znacznie t. zw. chirurgów, który to ubytek przyrost doktorów wszech nauk lekarskich nietylko pokrył, ale i przewyższył. Przyrost ten najznaczniejszym był w Austryi dolnej, następnie w Czechach, Galicyi, Morawie i t. d.

Weterynarzy w obu wzmiankowanych latach przybyło 103, z tych 6 przypada na Galicyę.

Znamiennym jest stósunek w przyroście akuszerek, gdy w Tyrolu ubyło ich 23, w Galicyi przybyło 131.

Aptek przybyło 23, z tych 8 w Galicyi, równocześnie zaś z zwiększoną liczbą asystentów, ubywa uczniów aptekarskich.

ROZMAITOŚCI.

Cholera pojawiła się w Galicyi na granicy wschodniej, w pow. husiatyńskim i borszczowskim. Energicznemu działaniu władz uda się niezawodnie ograniczyć epidemię.

Zjazd lekarzy powiatowych, zapowiedziany na 26 kwietnia do Lwowa, odwołano.

VII. Zjazd lekarzy i przyrodników polskich odbędzie się we Lwowie od 23 do 26 lipca 1894. Wydziałowi gospod. Zjazdu przewodniczą: Dr. Merunowicz i Dr. Dunikowski; sekretarzami są: Dr.

Sprawozdanie o przebiegu chorób nagminnych w Galicyi

w czasie od 25. lutego do 24. marca 1894, (z biura sanitarnego c. k. Namiestnictwa).

Rodzaj choroby	Stwierdzono w pow.	Ilość gmin epidemią dotkniętych	Ludność gmin epidemią dotkniętych	Chorych			Z tych								
							zmarło			wyzdrowiało			leczy się		
				pozostało z poprz. okresu	przybyło	razem	mężczyzn	kobiet	dzieci	mężczyzn	kobiet	dzieci	mężczyzn	kobiet	dzieci
Dur brzuszny	46	113	468.542	388	980	1368	42	47	6	266	300	176	212	187	132
Dur osutkowy	30	57	419.623	297	638	935	30	20	2	244	199	145	106	116	73
Szkarlatyna	37	102	387.488	412	818	1230	3	2	198	52	73	618	12	14	258
Dyfterya i krup	18	31	339.245	73	160	233	3	1	73	11	18	100	—	4	23
Czerwonka	8	10	113.998	29	79	108	5	5	5	24	25	32	4	2	6
Odra	41	170	304.386	1597	3483	5080	2	1	184	214	244	3531	36	58	813
Koklusz	8	12	88.975	118	134	252	—	—	7	8	16	133	5	10	73
Jaglica (Trachoma)	—	—	—.—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
Gorączka połogowa	3	3	209.186	—	6	6	—	4	—	—	2	—	—	—	—
Zapal. op. mózg. rdz.	8	12	90.197	38	43	81	3	6	19	7	9	22	2	4	9
Ospa: szczepionych				106	349	455	6	8	7	79	119	102	39	49	46
Ospa: nieszczepion.	31	116	265.944	80	252	332	10	11	56	29	24	78	17	19	88
Ospa: razem				186	601	787	16	19	63	108	143	180	58	72	134

Siemiradzki i Dr. Mukowicz. Do udziału w Zjeździe komitet zaprasza wszystkich polskich uczonych, których to dotyczy, a zarazem zawiadamia, że prócz dwu ogólnych zgromadzeń, odbywać się będą posiedzenia sekcyjne. Przedmiotem tych posiedzeń będzie nietylko podanie do ogólnej wiadomości wyników własnych badań członków Zjazdu, ale także przedstawienie najżywotniejszych spraw, o ile możności z wszystkich gałęzi wiedzy lekarskiej i przyrodniczej, a to przez uproszonych do tego referentów.

Sekcyi poszczególnych będzie 14.

Wystawę międzynarodową, obejmującą sposoby żywienia się mas, wyżywienie armii, ratownictwo, sposoby komunikacyi i sport, otwarto w Wiedniu pod protektoratem Arcyksięcia Franciszka Ferdynanda d' Este. Wystawa potrwa do 1. lipca b. r.; o wyczerpujące sprawozdanie poczyniliśmy starania.

Obwody sanitarne. W celu wzmocnienia nadzoru sanitarnego, podzielono sposobem próby Warszawę na trzy obwody sanitarne i mianowano dla nich lekarzami Drów.: J. Polaka, Janowskiego i Sawczenkę.

Epidemia duru w Pradze sporo nawiedziła osób, a przyczyną ma być przedewszystkiem zła woda do picia, nieczystość po domach, nagromadzenie materyi kloacznych.

Epidemia tyfusu w Ottweiler. W zimie z r. 1891 na 1892 w Ottweiler, miasteczku liczącem 5.000 mieszkańców, zapadło 353 osób = 7·02% ludności na dur, przyczem umarło 30 = 8·5%. Przyczynę z największem podobieństwem do prawdy, upatrywać należało w wodzie do picia; mimo że badanie bakteryologiczne nie wykazało w niej prątków durowych, to jednak bakteryi było sporo. Po zamknięciu podejrzanego wodociągu, epidemia ustała.

Busko. Dozór nad zakładem kąpielowym w Busku, po przejściu tegoż w administracyę rządową, obejmie inżenier Choroszewski. Na pierwsze potrzeby i niezbędne na razie ulepszenia, wyasygnowano ze skarbu państwa rs. 10.000.

Wyniki szczepienia w armii. Zaszczepiono 147.295 żołnierzy ze skutkiem 104.909, bez skutku 23.657 w armii; ze skutkiem 15.040, bez skutku 3.688 w obronie krajowej.

Leczenie wścieklizny. Dotychczas leczono sposobem Pasteur'a w krakowskim szpitalu Św. Łazarza dwunastu chorych, pokąsanych przez psa wściekłego. Z tych pochodziło 2. z Głogowa (pow. rzeszowski), 1 z gub. kieleckiej, 1 ze Stryja, 1 z Radomyśla (pow.

mielecki), 1 z Zielonek (pow. krakowski), 4 z pow. przemyskiego, a 2 ze Skałackiego. Leczeniem zajmuje się prof. Bujwid. We wszystkich przypadkach żąda się urzędowego potwierdzenia wścieklizny psa.

Tow. przyjaciół nauk w Poznaniu, w wydziale lekarskim na obecne trzechlecie wybrało prezesa prof. dra Wicherkiewicza, sekretarza dra Dembińskiego.

Kronenberg Stanisław, mąż wielkiej ofiarności dla dobra powszechnego, zmarł w Warszawie.

Wykaz zdrojowisk i uzdrowisk klimatycznych i praktykujących w nich w roku bieżącym lekarzy Polaków: Busko Dymnicki, Majkowski, Ciechocinek Wolberg, Pajewski, Lubowski, Cieplice czeskie Skrzyński, Druskieniki Bujakowski, Elster Błociszewski, Franzensbad Dębicki, Rosner, Gleichenberg Brüll, Bulikowski, Inowracław Krzymiński, Przybyszewski, Iwonicz Dębicki, Kaden, Rościszewski, Jaworze Kowalski, Karlsbad Hassewicz, Stiche, Kretowicz, Tepfer, Kissingen Chłapowski, Krynica Kopff, Ebers, Roth, Skórczewski, Cercha, Lorentski, Michalik, Landeck Ostrowicz, Pomorski. Maryenbad Dobieszewski, Harajewicz, Jaroszyński, Kauffmann. Nałęczów Chełchowski, Chmielewski, Doliński, Niekłań Misiewicz. Rabka Głuchowski. Rymanów Dukiet, Jodłowski, Krzyszkowski. Sławuta Dobrzycki. Solec Daniewski, Siarczyński. Szczawnica Ściborowski, Gluziński, Kołączkowski, Ludomił Korczyński, Nieszkowski. Truskawiec Plech, Pelczar. Zakopane Buzdygan, Chramiec, Chwistek, Piasecki, Smorągiewicz. Żegiestów Hojnacki.

I. kongres samarytański który miał odbyć się w Wiedniu, przyłączył się jako osobna sekcya do kongresu dla hygjeny w Budapeszcie.

Zakłady dezynfekcyjne w Wiedniu. Miasto Wiedeń posiada prawie w każdym z 19 obwodów, przynajmniej 1 stały lub przenośny aparat dezynfekcyjny; w ogóle jest ich 60, z których 24 należy do miasta, 19 jest własnością państwa a 14 stanowi własność prywatną instytutów i zakładów. Obecnie dążą do zbudowania centralnego zakładu dezynfekcyjnego na wzór istniejącego w Berlinie.

Organizacya służby zdrowia w Wiedniu do zwalczania chorób zakaźnych poczyniła znaczne postępy z okazyi działalności przeciw cholerze. W r. 1893 Zarząd sanitarny w Wiedniu miał do rozpo rządzenia: 41 nadzorców sanitarnych, 120 posługaczy, 40 służby

dezynfekcyjnej, 49 składów na materyały do dezynfekcyi, 16 lokalów do odosobnienia i 54 wozów dla transportu osób dotkniętych chorobami zakaźnemi.

Smutne następstwo domowego lekowania. W Bzinie w Królestwie Polskiem w domu p. S. zachorowały dwie córeczki; ponieważ matka leczyła je zazwyczaj chininą, więc i tym razem udzieliła im po proszku. Niestety stała się omyłka; proszki mieściły nie chininę ale strychninę używaną w tym domu jako truciznę na szczury. Dziewczątka umarły, a rozpacz matki jest zarazem odstraszającym przykładem dla wszystkich bawiących się w leczenie.

Korespondencya Redakcyi.

Ch. w Kr. Składniki mają być wyszczególnione na każdej sztuce.

Pani W. D. w Krakowie. Karol E. Brown - Séquard był profesorem medycyny doświadczalnej w Collège de France w Paryżu. Umarł nagle licząc 74 lat. Pochodzenia angielskiego, wykładał fizyologię w Anglii, Ameryce, naostatku w Paryżu; nauka zawdzięcza mu liczne prace o składzie krwi, cieple i o fizyologii systemu nerwowego. W ostatnich latach zajęty był doświadczeniami nad sposobem odmładzania ustroju, zapomocą wstrzykiwań płynu sperminy.

Dr. St. Leuckart, Die Parasiten des Menschen u. die v. ihnen herrührenden Krankh. — Lipsk, Winter. — Hygiena szkolna Żulińkiego.

Pani R. E. K. Dziękujemy za pozwolenie korzystania z materyału.

OD ADMINISTRACYI.

Wykaz prenumeraty od 3 marca do 26 kwietnia 1894 roku.

PP. Prof. Dr. Smolka Stanisław, Kraków.
Udzielowa Helena, Wieliczka.
Federowicz Julja, Kraków.

PP. Dr. Wiszniewski Ludwik, Kraków.
Dr. Goldhaber, Żydaczów.
Leon Skórski, c. k. Radca Dworu, Sambor.

Kurowski Józef, Wadowice.
Dr. Lachowicz Eugeniusz, Rzeszów.
Szurek Karol, Kraków.
Dr. Balicki Stanisław, Staremiasto
Czernoch Karol, Gierczyce.
Gebethner i Spółka, Kraków.
Mitera Adolf, Skołyszyn.
Sobolewski, Kraków.
Chęcińska, Kraków.
Gablenz Wiktor, Kraków.
Zakład pogrzebowy Nowińskiego, Kraków.
Ks. Pluciński Antoni, Kraków.
Rozwadowska Celestyna, Kraków.
L. Seeling, dyrektor, Izdebnik.
Hr. Szembekowa, Poremba.
Krzyszkowski, Schodnica.
Dr. Ślosarczyk, Oświęcim.
Magierowski, Barycz.
Dr. Bednarski, Nadwórna.
Czerniakowska Walerja, Lisieczyńce.
Krzyżanowski Alfred, Łuka wielka
Hr. Łempicka Eugeniuszowa, Sanok.
Jawornicki Józef, Kraków.
Wentzl Jan, Kraków.
Rosner Leon, Kraków.
Koral Józef, Kraków.
Fischer Jan, Kraków.
Maurizio, Kraków.
Majewski Stanisław, Kraków.
Stachowicz Wojciech, Kraków.
Antoniewicz Bolesław, Kraków.
Prof. Dr. Kasparek, Kraków.
Hochstim Jakób, Kraków.
Grigar, Kraków.
Murczyński Józef, Kraków.
Biasion, Kraków.
Zieliński, Kraków.
Bilewski Władysław, Kraków.
Ziembińska Janowa, Kraków.
Jakubowski Jan, Kraków.
Mroczkowska Julja, Kraków.
Dr. Siedlecki Jan, Kraków.
Dr. Ściborowski Władysław, Kraków.
Prof. Dr. Rosenblatt, Kraków.
Prof. Dr. Bandrowski Ernest, Kraków.
Prof. Dr. Bortnik Tytus, Kraków.
Rotter Jan, Kraków.
Dr. Paszkowski Stanisław, Kraków.-
Doc. Dr. Trzebicky Rudolf, Kraków.
Dr. Miłkowski Władysław, Kraków.
Dr. Estreicher Karol, Kraków.
Prof. Dr. Wierzejski, Kraków.
Prof. Dr. Witkowski, Kraków.
Prof. Dr. Łazarski, Kraków.
Schram Karol, Kraków.
Wojciechowski Władysław, Kraków.
Łubkowski Adam, Kraków.
Ambrożek, Kraków.
Werner, Kraków.
Stachiewicz Piotr, Kraków.
Stypkowska Augusta, Kraków.
Prof. Dr. Jakubowski Maciej, Kraków
Dr. Szlachtowski Feliks, Kraków.
Zaplatalska Eufemia, Kraków.
Prof. Dr Domański Stanisław, Kraków.
Gralewska, Kraków.
Przybyłowicz Józef, Kraków.
Szurek Karol, Kraków.
Chronowski Eustachy, Kraków.
Prof. Dr. Rydel, Kraków.
Stachowski Jan, Kraków.
Dr. Cercha Maksymilian, Kraków.
Medveczky Edward, Kraków.
Klasztor OO. Reformatów, Kraków.
Skalski Jan, Kraków.
Bogusiewicz Leon, Kraków.
Prof. Dr. Pareński Stanisław-Kraków.
Bauda, Kraków.

Prof. Dr. Teichmann Ludwik, Kraków.
Wiszniewski Konstanty, Kraków.
Dr. Mączka, Kraków.
Leberschek Herman, Kraków.
Szklarski Andrzej, Kraków.
Pieniążek Wacław, Kraków.
Drozdowski Stanisław, Kraków
Turliński Ferdynand, Kraków.
Schmidt, Kraków.
Dr. Hrebenda Władysław, Kraków.
Podgórska Ludwina, Kraków.
Prof. Dr. Korczyński Edward, Kraków.
Bełdowski Władysław, Kraków.
Karaś Michał, Kraków.
Schrott Adela, Kraków.
Pruszyński Aureljusz, Kraków.
Popiel Zofja, Kraków.
Kleczkowski Antoni, Kraków.
Dr. Kohn Maksymiljan, Kraków.
Dr. Murdzieński Franciszek, Kraków.
Prof. Dr. Zarewicz, Kraków.
Prof. Dr. Mars Antoni, Kraków.
Mühln Władysław, Kraków.
Trnka Teodor, Kraków.
Podgórska Ludwina, Kraków.
Wilkosz Ferdynand, Kraków.
Ks. Bielenin Józef, Kraków.
Schrott Adela, Kraków.
Loria Szymon, Kraków.
Konwent OO. Franciszkanów, Kraków.
Kłosowski Aleksander, Kraków.
Zawiłowski Ludwik, Kraków.
Gajewski Edmund, Kraków.
Icheiser Michał, Kraków.
Michałowski Ludwik, Kraków.
Grabowski Leon, Kraków.
Doc. Dr. Ponikło Stanisław, Kraków.
Niedziałkowski Janusz, Kraków
Kwiatkowski Jan, Kraków.
Sare Józef, Kraków.
Gramatyka Tomasz, Kraków.
Truskolawski Kazimierz, Kraków.
Rongier Paweł, Kraków.
Prof. Dr. Rostafiński, Kraków.
Salb, Kraków.
Kucieńska Olimpia, Kraków.
Kieszkowski Czesław, Kraków.
Słonecki Zenon, Kraków.
Gorzkowski Maryan, Kraków.
Pawlikowski Mieczysław, Kraków.
Jugendfein, Kraków.
Matusiński Jacek, Kraków.
Odrzywolski, Kraków.
Wojn rowicz Edward, Kraków.
Szymkiewicz Stanisław, Kraków.
Studziński Marceli, Kraków.
Przybyłowicz Ignacy, Tarnów.
Czemeryński Władysław, Stryj.
Ks. Wróbel Antoni.
Hr. Łempicka Eugeniuszowa, Sanok.

Ogłoszenia.

W imieniu Tow. Opieki zdrowia.
Wydawca i odpowiedzialny Redaktor **Prof. Dr. H. Jordan.**

Czcionkami Drukarni A. Słomskiego i Sp. w Krakowie.